

くすりの散歩道

最近のスイーツブームの中で“シナモン”は大活躍をしているが、その正体はクスノキ科クスノキ属の常緑高木ケイヒ *Cinnamomum cassia* あるいはその同属植物の幹皮である。産地や品質によって、広南桂皮、ベトナム桂皮、セイロン桂皮、タイ桂皮、ジャワ桂皮などそれぞれに変わった名前と呼ばれる。

桂皮はケイヒアルデヒドなど芳香性の精油を3%にも及ぶほど豊富に含有し、多くの漢方処方に配合される重要な生薬「桂皮」として重用されていて、『神農本草経』にも「牡桂」または「菌桂」として上品の部に収載されるほどに利用の歴史は古い。漢方ではケイヒの若い枝先も「桂枝」として、たとえば「柴胡桂枝湯」のような配合例があって、使われる目的は桂皮の代用というだけではないらしい。

桂皮の適用症状として知られるのは、頭痛、発汗、解熱、悪風、神経痛、逆上中等であるが、一般的には芳香性健胃薬の目的に使用されることが多い。また民間薬的には打ち身、捻挫、ひび、あかぎれにも使われるという資料があるが、残念ながらどのようにして使うのかについては知らない。

子供の頃の懐かしい思い出として、駄菓子屋の店先に束ねて売られていた「ニッキ」は細い桂枝の束で、その呼び名はケイヒと同属の植物ニッケイ（肉桂）*C.roureirii* に由来する。ニッケイの原産地はケイヒと同様に中国雲南地方とされ、中国南部からベトナム、タイなどに自生し、栽培もされている。わが国でも一時は鹿児島、高知、和歌山などで栽培されたが、現在はほとんど生産されていないらしい。

チューインガムやキャンディなどをふんだんに口にすることが出来なかった時代の子供達には貴重な“菓子”であったし、ニッキの香りは京都の銘菓「八ッ橋」など多くの菓子やニッキ飴、ニッキ水などにも活かされて、わが国でも日常の生活に馴染まれた身近な香りであったと考えられる。



千葉大学 名誉教授

山崎 幹夫

Mikio Yamazaki

わが国の食文化にシナモンのような西欧の香りが漂い始めたのは、恐らくは明治の時代、“文明開化”以降のことであったと思われるが、私自身の思い出としては画家として5年にもわたるフランス滞在から帰国した叔父の家で、叔母の手作りのアップルパイに振りかけられたシナモンの香りが珍しく、70年近くも昔のことでありながら未だに忘れることができない。

ところで、最近の薬学会の会員誌「ファルマシア」に、桂皮に関する面白い実験結果についての記事が載っていたので紹介したい。それはシナモンを使ったライスペディングが食後のインスリン受容体機能を改善し、糖尿病予防にも役立つのではないかという知見であった。実際には6グラムのシナモンを含



桂皮

けい

ひ

忘れがたい味
昔ニツキ、今シナモン

むライスプディングを食べさせた健常人の食後の血糖値上昇の抑制が観察された。しかし、日常の食生活では6グラムものシナモンを一どきに摂取することは無いだろうということからシナモンの量を減らした実験を行ったところ、3グラムのシナモン含有プディングでは食直後の血糖値に有意差はなかった

ものの、食後60分において血清インスリン濃度の有意な低下、血清中GLP-1(グルカゴン-ライク-ペプチド:脂質を摂取したときに分泌される消化管ホルモン、膵臓β細胞からのインスリン分泌を促進させる)の濃度に有意な変化が認められて、結果的にシナモンはグルコースの骨格筋への取り込みの増加に働くことによって血糖値の上昇を抑制し、インスリン需要を減らすことがわかったという。

●
桂皮から得られる水抽出エキスの薬理的活性に関しては、すでにさまざまな角度からの検討が行われており、抗腎炎活性、ヘキサバルビタールによる睡眠時間の延長作用、マウスの腹腔に酢酸を注射したときの腹の振れ(酢酸-ライジング)抑制作用、抗血栓作用などについての知見が報告されているが、血糖値に対する効果についての報告は初めてと思われる。

●
一方で、前述のような桂皮の適応症状を裏づける研究については、それらのほとんどが桂皮アルデヒドを用いた実験の結果として報告されており、恐らくは中枢神経抑制作用(運動量抑制、鎮痛作用、睡眠延長作用等)あるいは少量の場合の興奮作用に起因すると考えられる。

●
桂皮アルデヒドにはまた内因性カテコールアミンを遊離させることによる心拍数や心収縮力の増加、あるいは冠血管における血流量の増加に働く作用がある他、血小板凝集因子であるトロンボキサンA2の産生抑制を介しての血小板凝集抑制作用に関する報告もある。

●
昔の「ニツキ」が最近の「シナモン」に代わっても、その香りを楽しむ我々の嗜好が変わることはなかったと思われるし、何よりも、中国医学からわが国の漢方医学へと連綿として伝えられた「桂皮」からの恩恵はこれからも続いていくのだろうと思われる。